

Urlaubs-Arten

Mehrfachnennungen wurden vermieden:
Sehen Sie auch bitte bei der "Packliste" nach!

ANGELN

- Bekleidung**
O Handschuhe, Mütze/Hut, Neopren-Kniestrümpfe
O Thermo-Anzug, Poncho, Watthose
O Gummistiefel, Wattstiefel

Zum Anfüttern

- O Haferflocken, Mais (-mehl), Paniermehl, Köder
O Köder, Köderfische, Spezialköder
O Teig, Maden

Ruten

- O Feder-, Fliegen-, Hochsee-, Grund-, Pilkrute
O Raubfisch-, Friedfisch-, Spinn-, Stipprut

Ruten- und Rollenzubehör

- O Fett, Kugellager, Rutenringe, Ersatzspulen
O Fliegen-, Multi-, Stationärrolle

Zubehör

- O Angelschere, -messer, Filetmesser
O Angelschirm, -stuhl, -umhang
O Anglertasche, Ködertasche

- O Bimmel, Blei, Blinker
O Bissanzeiger, Ersatzbatterien

- O Ködermadel
O Taschenlampe

Wichtiges

- O Angelkarten
O Angelschein, Vereinsausweis
O Jahres- oder Fünfjahresschein

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

FAHRRAD

Vorbereitung

- O Bei neuem Rad 250km einfahren/gewöhnen
O Fahrrad putzen, Ketten+ Gewinde fetten
O Felgen zentrieren, nachspannen
O Neue Reifen aufziehen, Schläuche ersetzen
O Schrauben nachziehen
O Sitz- und Lenkereinstellung anpassen
O Verkehrssicherheit/Funktion überprüfen (lassen)

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

SURFEN / SEGELN

- O Neoprenanzug, Surfschuhe, Handschuhe
O Sicherungsleine, Rettungsweste
O Surfbrett, Pflegemittel
O Surfschein, Segelschein

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

- O

Wichtige Tipps & Informationen

GESUNDHEIT

Impfung

Für viele Länder werden verschiedene Schutzimpfungen empfohlen. Da einige Impfungen, zum Beispiel gegen Hepatitis A, mehrfach durchgeführt werden müssen, um ihre volle Schutzwirkung zu erreichen, beziehungsweise bestimmte Impfungen nicht gleichzeitig erfolgen dürfen, sollten sich Reisende möglichst drei Monate vor Antritt der Reise bei ihrem Arzt, bei uns in der Apotheke oder einem Tropeninstitut erkundigen, welche Schutzimpfungen in Frage kommen. So besteht genügend Zeit, um alle notwendigen Impfungen noch vor der Reise abzuschließen. Darüber hinaus ist eine Reise auch immer eine gute Gelegenheit, allgemeine Schutzimpfungen wie Tetanus wieder auffrischen zu lassen. (*Manche Reise-Impfungen werden übrigens erstattet!*)

Der Impfpass sollte zum Nachweis des

Schutzstatus unbedingt mit auf die Reise

genommen werden - in vielen Ländern muss er bei

der Einreise vorgelegt werden.

Reise-Apotheke ***** Reise-Apotheke

O 1. Vorhandensein + Haltbarkeit von Arzneimitteln

Zuhause prüfen (evtl. eine kleine Liste für die

Apotheke erstellen, was noch vorhanden ist)

O 2. Beratungstermin bei Dr. Sigrid Klein machen

O Alle Beipackzettel mitnehmen

O Allergiepass, Impfpass

O Bluterausweis

O Dauer-Medikamente (+ Reserve!)

O Lagerungstemperatur beachten

O Mutterpass, Kinder-U-Heft

O Notfall-Ausweis (z.B. Diabetiker)

O Notruf-Nummern im Reiseland / Durchreiseland

O Reise-Apotheke: Das Meiste in den Koffer

O Reise-Apotheke: Alle wichtigen Medikamente ins

Handgepäck falls Koffer verspätet ankommen!

Thrombose

O Kompressionsstrümpfe für Langstrecken +

Risikopatienten

!!! Übungen während dem Flug:

O Im Sitzen: Zehen/Füße/Beine strecken + ziehen

O Im Stehen: Füße von der Ferse auf die Zehen

stellen und zurück

O Beine beim Sitzen nicht übereinander schlagen

O Waden massieren, viel trinken (kein Alkohol!)

Malaria

Malaria ist eine ernste und unter Umständen

lebensbedrohliche Erkrankung. Gegen Malaria gibt

es keine Impfung! Wesentliche Schutzmaßnahmen

sind daher: Vermeidung von Mückenstichen und die

Einnahme von Malaria-Medikamenten. Es wird

empfohlen, nur dann Medikamente vorbeugend

einzunehmen, wenn im Urlaubsland und der

Reisezeit entsprechend häufig Infektionen auftreten.

Für viele Reiseziele reicht es aus, für den

tatsächlichen Krankheitsfall ein gutes Medikament

zur notfallmäßigen Selbstbehandlung (Stand-by

Therapie) dabei zu haben! Achten Sie deshalb

darauf, dass Sie ausreichende Mengen für eine

Notfallbehandlung dabei haben. Doch gerade in den

Ländern in denen Malaria auftritt, gibt es kaum

Qualitätsrichtlinien, daher sind äußerst viele

Fälschungen im Umlauf (wie in vielen, vor allem

außereuropäischen Ländern). Im besten Falle sind

solche Medikamente unwirksam, was bei einer

tatsächlichen Infektion lebensgefährlich sein kann.

Schwangere und Kinder unter 5 Jahren sollten

Risikogebiete unbedingt vermeiden! Sprechen Sie

auch mit Ihrem Arzt darüber.

Nahrungsmittel-Hygiene

O Auf Eiswürfel verzichten, da aus Leitungswasser

O Aufgeschchnittene Früchte: oft Messer nicht sauber

O Richtige Kühlung angebotener Ware beachten

O Fleisch sollte immer gut durchgebraten sein

O Salat selber mit Trinkwasser (nicht

Leitungswasser) waschen

SONSTIGES

Botschaft

- Immer mit dabei:
O Adresse der deutschen Botschaft im Ausland
O Kontaktdaten (Tel, Fax, Mail, Internet)

Dokumente - Keinesfalls vergessen!

- O Auslandskrankenschein, Krankenvers.-karte
O Behindertenausweis
O Bluterausweis, sonstige "Sonder"-Ausweise
O Fahrzeugpapiere (nicht im Auto lassen!)
O Grüne Versicherungskarte (Kfz)
O (Internationaler) Führerschein
O Jugendherbergsausweis
O Personalausweis, Reisepass
O Studentenausweis
O siehe auch bei Reise-Apotheke!
O KOPIEN aller wichtiger Dokumente für unterwegs
anfertigen (1 Ausfertigung auch Daheim lassen)

- O

Fluggepäck/Handgepäck

O gesetzliche Vorschriften zu Inhalt, Größe und

Gewicht beachten (siehe auch "Links")

Internet

O Daten für Mail-Abwurf im Internet

O

Liebe reisende Kunden, sicherlich kennen auch Sie die quälende Frage vor dem Start in den wohlverdienten Urlaub: *"Hab ich wirklich an alles gedacht?"*. Meist ist es dann aber schon zu spät - leider!

Leichtsinn auf Kosten der Gesundheit!

70% aller Urlauber in südlichen Ländern machen Bekanntschaft mit "Escherichia coli", dem Erreger der meisten Durchfall-Erkrankungen. Mehr als 60% aller Urlauber brechen sogar ohne Malaria-Medikamente in Risikoländer auf. In den meisten Fällen sind es aber vor allem die kleineren und mittleren Beschwerden, die einem schnell den Urlaub verderben. Wer gut versorgt ist, spart sich im Falle eines Falles eine teure Taxi-Fahrt, nächtliches Herumirren, Erklärungen mit Händen und Füßen oder das mitunter lebensgefährliche Erraten des Inhaltes eines fremdsprachigen Beipackzettels.

Gehen Sie unbedingt auf Nummer sicher!

Bei Medikamenten, die in Deutschland gekauft wurden ist die Qualität und Echtheit sicher. Dies ist leider nicht überall auf der Welt der Fall! Das Gesundheitsministerium und sogar das Bundes-Kriminalamt warnen dringend vor gesundheits-schädlichen Medikamentenfälschungen im Internet und in vielen Ländern - selbst innerhalb der EU!!! Vertrauen Sie deshalb unbedingt Ihrer persönlichen daheim bestückten Reise-Apotheke, insbesondere bei Reisen mit Kindern, Älteren oder chronisch Kranken! Nach dem Urlaub nutzen Sie deren Inhalt einfach für Ihre Haus-Apotheke weiter.

VOR der Abreise - Wichtig!!!

Schauen Sie doch auch mal in die Kategorien rein, die auf den ersten Blick für Sie nicht relevant sind. Viele unserer Kunden finden hier nützliche Tipps! Tipps, die vielleicht auch Sie gerne berücksichtigen oder Artikel, die Sie mitnehmen wollen.

Ein Tipp zur Nutzung dieser Checkliste:

Kreuzen Sie alles an, was Sie zu erledigen haben und was Sie mitnehmen möchten. **Schreiben** Sie evtl. auch die Stückzahl oder ein Stichwort dahinter. Wenn ein Check-Punkt in Vorbereitung ist oder zum Einpacken bereit liegt: **Setzen** Sie einen Kreis um das angekreuzte Kästchen. Streichen Sie deutlich die ganze Zeile, wenn ein Punkt erledigt ist oder das Teil im Koffer liegt!

3 - 5 Monate vorher

- Gültigkeit Ausweis, Reisepass, Kinderausweis
- Einreisebestimmungen (auch für Tiere) erfragen
- Gültigkeit von Kreditkarten prüfen
- Impfungen (siehe auch "Impfungen")
- Koffer prüfen (siehe auch "USA")
- Mietwagen buchen (Int. Führerschein?)
- Tropentauglichkeit bei Arzt untersuchen lassen
- Versicherungen abschließen (Rücktritts-, Gepäck-, Auslandskranken-, Reiseunfall-, Sportausrüstungs-Versicherung, Grüne Karte)
- Decken priv. Versicherungen das Reiseziel ab?
- Visum beantragen (Bilder machen?)

1 - 3 Monate vorher

- ADAC-Tourenpaket anfordern
- Auto checken (siehe auch "Auto-Check")
- Bahncard beantragen (Vorteil schon bei 1 Fahrt?)
- REISE-APOTHEKE: Umfangreiche und individuelle Chef-Beratung in der Apotheke - durch Ihre Apothekerin Dr. Sigrid Klein! Bitte rechtzeitig Termin machen!**
- PLUS weitere kostenlose wichtige Infos für Sie!**
- Blumen gießen etc. organisieren
- Briefkasten-Leerung organisieren
- Fotografieren des Hausrats
- Geld checken (siehe auch "Geld")
- Haustier-Pflege organisieren
- Infos über Reiseziel einholen
- Jet-Lag vorbereiten ("Jet-Lag")
- Kehrwoche/Müll organisieren
- Liste erstellen (siehe auch "Liste")



- Öffentliche Verkehrsmittel im Reiseland:
- Informationen einholen, Zahlungsweise prüfen
- Passbilder machen (z.B. Visum, Ski-Pass etc.)
- Postamt: Lagerung/Nachsendung klären
- Postvollmacht für Vertrauensperson
- Regelmässige Hauslieferungen abbestellen
- Sind alle Buchungen bestätigt?
- Sportgepäck für Flug/Reise evtl. anmelden
- Karten/Stadtpläne/Hotelführer besorgen
- Zahnarzttermin als Kontrolluntersuchung
- Zollbescheinigungen (z.B. Foto/Video)

-
-
-
-

1 - 4 Wochen vorher

- Bargeld/Sorten (in kleinen Scheinen) besorgen
- Benzin-Gutscheine besorgen
- Bücher in Bibliothek zurück bringen
- Calcium-Tabletten zur Sonnenallergievorsorge einnehmen
- Check bei Arzt und Zahnarzt
- Datensicherung am PC
- Erreichbarkeit bei Personen hinterlegen
- Fällige Rechnungen bezahlen
- Feiertage im Reiseland/Anfahrtsstrecke prüfen
- Fernabfrage Anrufbeantworter testen
- Friseurtermin verabreden
- Fotokopie wichtiger Dokumente anfertigen - für Notfall im Urlaub und Zuhause, falls von dort was geregelt werden muss (z.B. für Verwandte)
- Gastgeschenke besorgen
- Jacken/Schuhe imprägnieren
- Koffer (Verschlüsse) prüfen + bereitstellen
- Liquidität auf Konten
- Malariaprophylaxe beginnen
- Bei Arzt erfragen! (siehe auch "Malaria")
- Ski/Snowboard einstellen/präparieren
- Sportgeräte auf Funktion checken
- Wertsachen deponieren (Schließfach?)
- Zeitungen, Eier, Milch etc. abbestellen

-
-

!!! 1 Tag vorher !!!

- AB-Ansagetext ändern (Vorsicht Einbruch!)
- Aktuelles Wetter Reiseland (wg. Reisekleidung)
- Auflistung Gepäck für Reisegepäckversicherung
- Aufstieghilfen für Einbrecher ums Haus (Mülleimer) wegräumen
- Außensteckdosen abschalten
- Auto aus Parkverbot an sicheren Platz (Hagel)
- Auto-Zweitschlüssel bei jemand deponieren
- Buchungunterlagen checken
- Batterien aus Geräten nehmen
- Dokumente prüfen und sicher verstauen
- Gepäck-Verladeprobe ins Auto
- Gepäck nochmal wiegen, Kofferschlüssel dabei
- Kleingeld bereit (Taxi, Flughafen etc.)
- Kühlschrank kleiner stellen/ausschalten (+öffnen)
- Medizin prüfen, insbesondere Dauermedikation
- Netz- und Antennenstecker ziehen, PC
- Papier ins Fax nachlegen oder ausschalten
- Telefonrufumleitungen (Roaming-Kosten!)
- Vorabend-Check-in bei Bedarf
- Wasserhähne schließen (Waschmaschine, Spüle)
- evtl. Hauptthahn schließen, Sicherungen raus
- Zweitschlüssel abgeben, Nachbarn informieren

-

Ihre persönlichen Vorsorge-Maßnahmen ergreifen Sie nach Ihrem Bedarf und Dauer der Reise.

Vor der Abreise

- !!! Starten Sie zur Sicherheit immer ausgeruht !!!
- Aktuelle Meldungen zu Bahn, Abflug, Stau prüfen
- Badezimmerutensilien in den Koffer
- Geld + Papiere einstecken, evtl. in Gürteltresor
- Heizung aus/miedrig
- Keller/Garage/Nebeneingänge sichern
- Licht/Gas, Kaffeemaschine, Bügeleisen aus
- Müll komplett wegbringen (fängt an zu leben!)
- Proviant für Notfall mitnehmen
- Sicherungen raus wo möglich, Stecker ziehen
- Thrombosestrümpfe für langen Flug anziehen
- Wichtiges am Körper tragen, nicht Handgepäck
- Zeitschaltuhr für Licht aktivieren (Einbrecher-schutz, Alarm), Türen, Fenster+Rollläden sichern

-
-

-



ANREISE MIT DEM AUTO

- O Bester Reisetag laut ADAC ist der Dienstag
- O Fahrtenbuch (evtl. zur Nachberechnung)
- O Infos zu Reiseland von Automobilclub einholen
- O Münzgeld für Autobahngebühren
- O Notfall-Telefonnummern notieren
- O Routenplanung (Ausdruck)
- O Sicherheitstraining (z.B. mit Wohnwagen)
- O Spiele, mobile DVD-Player für Kinder
- O Straßenkarten mit großem Maßstab
- O Thermoskanne + Getränke (Mineralwasser)
- O Proviant + warme Decken für Stau / Notfall
- O Machen Sie regelmäßige Bewegungspausen !!!

-

Auto-Check

- O Adressen von Werkstätten im Ausland
- O Anhängervorrichtung + Adapter/Elektronik-Check
- O Anstehende Kundendienste vorziehen
- O Arbeitshandschuhe, Abschleppseil
- O Auto-Schutzbrief, Automobilclub-Schutz
- O Batterie-Check, Starthilfekabel
- O Beleuchtung/Hupe checken
- O Bereifung (inkl. Ersatzrad)
- O Aktuelles Wetter Reiseland (wg. Reisekleidung)
- O Auflistung Gepäck für Reisegepäckversicherung
- O Aufstieghilfen für Einbrecher ums Haus (Mülleimer) wegräumen
- O Außensteckdosen abschalten
- O Auto aus Parkverbot an sicheren Platz (Hagel)
- O Auto-Zweitschlüssel bei jemand deponieren
- O Buchungunterlagen checken
- O Batterien aus Geräten nehmen
- O Dokumente prüfen und sicher verstauen
- O Gepäck-Verladeprobe ins Auto
- O Gepäck nochmal wiegen, Kofferschlüssel dabei
- O Kleingeld bereit (Taxi, Flughafen etc.)
- O Kühlschrank kleiner stellen/ausschalten (+öffnen)
- O Medizin prüfen, insbesondere Dauermedikation
- O Netz- und Antennenstecker ziehen, PC
- O Papier ins Fax nachlegen oder ausschalten
- O Telefonrufumleitungen (Roaming-Kosten!)
- O Vorabend-Check-in bei Bedarf
- O Wasserhähne schließen (Waschmaschine, Spüle)
- O evtl. Hauptthahn schließen, Sicherungen raus
- O Zweitschlüssel abgeben, Nachbarn informieren

-

PACK-LISTE (Standard)

GEPÄCK

- Tipps:**
- O Gleiche Dinge (z.B. Schuhe) in verschiedene Gepäckstücke verteilen (falls eines abhanden)
- O Kleinere Artikel in Stofftaschen verstauen

Kleidung

- O Badegarderobe
- O Badesachen, -mantel, -schlappen
- O BH, Dessous
- O Bluse
- O Body
- O Gürtel, Hosenträger
- O Haarspange, -gummi
- O Hals-, Kopftuch (auch bei Besuch von Kirchen!)
- O Handschuhe
- O Hemden, kurz- und langärmelig
- O Hosen, kurz und lang
- O Jacke, Mäntel
- O Jogging-Anzug
- O Krawatten, Fliege, Manschetten
- O Leggings, Hausanzug
- O Mütze, Hut (Regen-, Sonnenschutz), Helm
- O Nylonstrümpfe
- O Pulllover, dünn, dick
- O Regencape, -jacken, -überhose
- O Rock, Kleid, Kostüm
- O Schlafanzug, Pyjama
- O Schuhe, Sandalen, Schlappen, (Gummi-)Stiefel
- O Schuhe speziell: wandern, Sport etc.
- O Schuhe aus leichtem Stoff, die schnell trocknen
- O Sport-Funktionswäsche
- O Stirrband, Schal
- O Stoff-, Papiertaschentücher (auch für Anreise)
- O Strickjacken
- O Strümpfe, Socken (dicke für Wanderung)
- O T-Shirts
- O Unterhemden, Unterhosen (kurz, lang)
- O Wickelrock

-

PERSÖNLICHES

- O Tagebuch, Kuscheltier, Bilder...
-

Pflegen & Reinigen & Hygiene

- O Binden, Tampons etc.
- O Cremes (Sonne, Gesicht, Haut, Hände...)
- O Deodorant, Parfüm, Rasierwasser, Mundwasser
- O Desinfektionspray
- O Duschgel, Shampoo/Spülung für die Haare
- O Einmal-Handschuhe
- O Fön, Lockenstab, Lockenwickler
- O Haarspray, -gel, Schaumfestiger, Conditioner
- O Handbürste, Kamm, kleiner Handspiegel
- O Lippenpflege, Lipliner
- O Froschutzmittel
- O Führerschein, Fahrzeugschein, Versicherungen
- O Kassetten + CD für Musik/Nav
- O Lenkradssicherung (Stange, Diebstahl)
- O Öl, Luft, Wasser, Bremsflüssigkeit
- O Tanken / Reservekanister
- O Scheibenwischer
- O Schneeketten, Anfahrtsand
- O Sonnenschutz (Fronschleibe/hinten/innen)
- O Unfallset (Fotoapparat, Straßenkreide, Unfallprotokoll in Fremdsprache, Metermaß, evtl. bei Versicherung einholen, etc.)
- O Verbandskasten, Warnweste(n), Warndreieck
- O Vollkasko-Versicherung kurzfristig abschließen
- O Wagenheber + kleines Brett
- O Taschenlampe, Warnlampe
- O Warme Decken + Proviant für Stau/Notfall
- O Werkzeug + Radschlüssel (Nuss Felgenschloß)
- O Zweitschlüssel dabei (getrennt aufbewahren)

-

-

-

SONSTIGES & HILFSMITTEL

- O Badetücher, Handtücher, Waschlappen (Tipp: Auf Tour trocknen dunkle in der Sonne schneller!)
- O Bettwäsche, Betauflagen
- O Brillen, Kontaktlinsen (+Reinigungsmittel)
- O Eimer, Schüsseln, Tüten
- O Ersatzschürsenkel
- O Fernglas, Nachsichtgerät
- O Feuerzeug (Sturm-), Streichhölzer
- O Flaschenöffner, Dosenöffner, Korkenzieher
- O Gehörschutz, Schlafmaske
- O Gehstock, Spazierstock, Krücken
- O Geldversteck (Brustbeutel, Geldgürtel, etc.)
- O Kartenmaterial mit Haarspray imprägnieren
- O Kissen, Nackenhörnchen für Reise
- O Klebeband, Riemen, Klettband, Schnüre
- O Kleiderbügel, Kleiderbürste, Fusselrolle
- O Moskitonetz für Bett, Kopf (z.B. Wanderung)
- O Mülltüten, Plastikbeutel, Gefrierbeutel (stabil)
- O Nähzeug, Reisebügelleisen
- O (Nylon)-Schnur (auch als Ersatz-Wäscheleine)
- O Regenschirm, Regenummantel, Poncho
- O Rettungsdecke, Erste-Hilfe-Set
- O Sekundenkleber, Gewebe- und Isolierband
- O Schmuck, Accessoires
- O Schreibunterlagen, Briefumschläge
- O Schuhputz-Sachen, Imprägniermittel
- O Sicherheitsnadeln, Nähset
- O Taschenmesser, Draht, Schere, Messer
- O Taschenlampe + Batterien
- O Taschenrechner, Währungsumrechner
- O Teelichter, Kerzen, Laterne, Brennmaterial
- O Trillerpfeife, Signalpfeife, Signalpistole
- O Wärmeflasche, Kirschkernkissen
- O Wäsche- und Kleidersack, Wäscheklammern
- O Wörterbücher



STRAND/SONNE

- O Badetasche
- O Blasebalg, (elektr.) Luftpumpe, Flickzeug
- O Gartenmöbel, Sonnenschirm mit Ständer
- O Großes Handtuch / Liegedecke
- O Kühltasche, -akkus
- O Schlauchboot, Badeinsel, Luftmatratze
- O Schnorchelausrüstung
- O Schwimmhilfen
- O Segelschein, Bootsführerschein
- O Sonnenhut, -mütze, Sonnenbrille mit Etui
- O Sonnenschirm, Sonnensegel
- O Strandmatte, Windschutz
- O Strandschuhe, Flip-Flops
- O Strandspiele (für Sand und Wasser)

-

-

-

WINTER-URLAUB

- O Clips für Skipäse
- O Gesichtsmaske
- O Kantenschärfer
- O Lawinenschaufel, -sonde, Lawinen-Airbag
- O Lawinenwarmer, Funksignalegeber
- O Schlitten, Bob, Schlittschuhe
- O Ski, Stöcke, Snowboard
- O Skibrille, spez. Sonnenbrille, Sonnencreme
- O Skiwachs, Bügeleisen, Abziehklinge
- O Skihose, -anzug, -schuhe, -handschuhe, -mütze
- O Winterunterwäsche, Taschenofen

-

-

-

HOBBY + FREIZEIT

- O Fussball, Volleyball, Bälle, Federball...
- O Gesellschaftsspiele, Karten, Gameboy
- O Inline-Skates (+Schutz)
- O Bücher, Zeitschriften
- O Mal- und Zeichenutensilien
- O Musikinstrument
- O Rätsel-Magazine
- O Schwimmhilfen
- O Tischtennis



-

-

-

-

ELEKTRONIK + TECHNIK

- Allgemein**
- O Adapter für Steckdose
- O Akkus/Batterien
- O Bordspannungsadapter, Netzadapter Ausland
- O Funkgeräte
- O GPS/mobiles Navigationsgerät
- O CD/MP3-Player, CD, Kopfhörer
- O Kompass, Höhenmesser
- O PDA inkl. Ladegerät
- O Reisechecker
- O Speicherstick
- O TV, Zimmerantenne, Satellitenschüssel
- O Universalladegerät
- O Wasserdichte Stranduhr
- O Weltempfänger, Radio

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

Besondere Personengruppen

BABY-KLEINKIND-KIND

Evtl. auch zusätzlich für Handgepäck/Auto!

- Pflege + Reinigung**
- O Hand- und Badetücher
- O Baby-Nagelschere
- O Bürste, Kamm
- O Desinfektionsmittel
- O feuchte Tücher
- O Fieber-, Badethermometer
- O Ohrstäbchen
- O Pampers, Windeln, Pflegetücher (extra Tasche)
- O Sonnenmilch speziell
- O Spezielle Medikamente ("Reise-Apotheke")
- O Sterilisateur, Kochtopf
- O Wundcreme, Körpercreme, Öl, Puder
- O Zahnbürste, Zahnpasta, Zahnseide
- O Zahnhilfe-Gel

-

-

-

-

-

-

-

-

-